



Le CoCoa LeafGrens allie la saveur délicieuse et l'activité antioxydante du cacao au jus en poudre de quatre feuilles - épinard, pois des champs, fève et orge - additionné de pousses de brocoli en poudre. Ce mélange d'aliments verts cacaotés, doté d'une saveur unique et d'une richesse nutritionnelle, agit en synergie pour procurer des bienfaits optimaux pour la santé.

Les antioxydants

Doté d'une combinaison de trois cacaos en poudre et d'aliments verts issus de cinq végétaux différents, le CoCoa LeafGreens est une source très riche de vitamines, minéraux, chlorophylle et antioxydants.

Les antioxydants sont essentiels pour la prévention de l'atteinte radicalaire. Les radicaux libres sont des molécules réactives qui contiennent au moins un électron non apparié et qui dérobent donc des électrons aux cellules saines. En remplaçant les électrons qui leur manquent, les antioxydants désactivent les radicaux libres avant qu'ils puissent causer des dégâts.

Le CoCoa LeafGreens fournit un éventail étendu d'antioxydants. Ceci lui confère un indice ORAC™ impressionnant. L'ORAC est la mesure la plus complète de la capacité antioxydante utilisée aux É.-U. Le test ORAC5.0™, qui examine cinq radicaux libres principaux, fournit une analyse complète du potentiel antioxydant diversifié des suppléments naturels et de leur interaction avec un spectre de radicaux libres.

Le CoCoa LeafGreens a marqué des points dans les cinq tests d'ORAC total et a notamment obtenu des résultats remarquables pour sa capacité à combattre le péroxyle (soit le radical libre le plus répandu dans notre organisme), l'hydroxyle et l'oxygène singulet.

L'apport quotidien recommandé d'unités ORAC va de 3 000 à 5 000 unités. Deux portions quotidiennes de CoCoa LeafGreens contiennent 16 634 unités d'ORAC total, ce qui représente une combinaison unique et diversifiée d'antioxydants. Une grande diversité d'antioxydants est essentielle à la lutte contre l'atteinte radicalaire.



Bienfaits et caractéristiques primordiaux

- Délicieuse saveur de trois chocolats
- Source naturelle d'énergie sans stimulants
- Ne contient pas de sucre
- Puissante combinaison d'aliments verts et de chlorophylle naturelle pour optimiser le pH de l'organisme
- Riches taux d'antioxydants
- Soutient la santé osseuse et cardiovasculaire
- Les polyphénols du cacao peuvent améliorer les fonctions cognitives et l'humeur

Les nombreux antioxydants du CoCoa LeafGreens comprennent entre autres des polyphénols d'origine végétale que la revue *British Journal of Nutrition* considère « essentiels à l'espérance de vie du fait qu'ils réduisent le risque d'un éventail de maladies chroniques ». La recherche continue à démontrer que l'action des polyphénols va au-delà de leur nature antioxydante et améliore la santé de l'organisme de façon complexe. L'*American Botanical Council* a par exemple publié des études indiquant que les polyphénols du cacao augmentent le débit sanguin au cerveau et améliorent la cognition, et produisent aussi des effets cardiovasculaires bénéfiques. Une autre étude publiée par le conseil a révélé que le cacao contient des composés polyphénoliques dont on a démontré la capacité à produire un effet positif sur l'anxiété et à favoriser le calme.

La famille la plus importante de composés polyphénoliques est celle des flavonoïdes, présents dans chacun des ingrédients du CoCoa LeafGreens.

Le cacao

Le CoCoa LeafGreens contient un mélange de cacaos en poudre en trois parties.

Le **cacao biologique (fermenté) en poudre** provient de fèves de cacao et possède la saveur naturelle de cacao, les antioxydants naturels et les fibres présents dans la fève. Le **cacao en poudre biologique** et le **cacao alcalinisé** (cacao hollandais) sont obtenus par le biais du pressage hydraulique de la pâte de cacao qui permet d'éliminer le beurre de cacao de la fève.

Le cacao contient un grand nombre d'antioxydants et de flavonoïdes; on a découvert plus de 700 composés vitaux dans le cacao. Ces composés contribuent à la capacité du cacao à soutenir la santé osseuse, à ses bienfaits pour l'appareil cardiovasculaire et à son effet sur l'énergie. Des chercheurs de Harvard ont constaté que les flavonoïdes du cacao peuvent prévenir les cardiopathies et plusieurs études ont confirmé l'effet positif du cacao sur la tension artérielle et le cholestérol.

Certaines propriétés du cacao, soit sa capacité à améliorer l'humeur et ses vertus antidépressives, proviennent de composés tels que la théobromine et la phényléthylamine, qui sont des stimulants naturels qui augmentent les endorphines et la dopamine.

La **feuille d'épinard** est riche en nutriments, parmi lesquels de nombreuses vitamines essentielles, des minéraux et de puissants antioxydants tels que la lutéine. La recherche indique que la lutéine pourrait prévenir la dégénérescence maculaire liée à l'âge et la cataracte. La feuille d'épinard procure de nombreux autres bienfaits documentés et contribue entre autres à atténuer l'anémie, la constipation, l'insomnie, l'obésité, l'hypertension artérielle, la bronchite et l'indigestion.

La **feuille de fève** renferme une grande quantité de flavonoïdes, soit les pigments végétaux qui sont en partie responsables de la couleur de nombreux fruits et légumes. La quercétine est un flavonoïde naturellement présent dans la fève, les pois des champs, les feuilles d'épinard et les pousses de brocoli. Les études récentes indiquent que la quercétine inhibe la production et la libération d'histamine et autres substances allergiques et inflammatoires. La quercétine peut inhiber l'inflammation des articulations, soulager l'arthrite, inhiber l'agrégation (coagulation anormale) des plaquettes et aider à améliorer la circulation.

La **feuille de pois des champs** renferme un flavonoïde nommé kaempférol, qui inhibe l'oxydation du (mauvais) cholestérol LDL et la formation d'agrégats plaquettaires dans le sang, grâce à quoi il peut être potentiellement bénéfique pour ceux qui souffrent d'artériosclérose. Le kaempférol intervient aussi dans la régulation de l'équilibre d'eau et de sodium/glucose dans le sang et dans celle des fonctions des cellules rénales, qui peuvent poser un problème chez les diabétiques.

La **feuille d'orge** contient la concentration la plus élevée de nutriments de toutes les herbes vertes. L'orge en herbe contribue à la teneur élevée du CoCoa LeafGreens en vitamine K et en chlorophylle. La vitamine K est essentielle à l'utilisation du calcium par notre organisme pour la santé de la densité osseuse et la formation des caillots sanguins nécessaires à la cicatrisation des plaies. La recherche récente indique que la vitamine K pourrait aussi contribuer à prévenir la calcification des artères et à réguler la glycémie. La chlorophylle protège l'organisme contre la radiation, les agents carcinogènes et l'atteinte de l'ADN, et contribue à la cicatrisation des plaies, à l'amélioration de la régularité et au contrôle des odeurs corporelles.

Les **pousses de brocoli** contiennent une concentration de sulforaphane plus élevée que celle de tout autre légume crucifère. Le sulforaphane est un phytonutriment qui pourrait abaisser la réponse inflammatoire et améliorer la santé cardiovasculaire. Une étude sur animaux menée en 2004 a découvert que les pousses de brocoli réduisaient le stress dans les tissus cardiovasculaires et rénaux. Une étude publiée en 2009 a constaté que la prise de sulforaphane par voie orale réduisait l'inflammation des voies respiratoires humaines en augmentant les enzymes naturellement présentes dans l'organisme.

Un cacao divin!

Mode d'emploi

Mélanger 1 cuiller à thé (3,9 g) à 180-300 ml d'eau ou de lait (AIM recommande le lait d'amandes) deux fois par jour.

Pour les enfants de huit ans ou moins, mélanger 1 cuiller à thé (3,9 g) à 180-300 ml d'eau ou de lait une fois par jour.

Questions et réponses

Doit-on s'inquiéter dans certains cas des taux élevés de vitamine K du CoCoa LeafGreens?

Selon le Merck Index, la vitamine K1 naturelle (dérivée de plantes) ne présente aucune toxicité. Chaque portion de 3,9 grammes de CoCoa LeafGreens contient 96 µg de vitamine K. AIM suggère de commencer par 1/2 cuiller à thé, qui fournit 77 à 92 pour cent de l'apport quotidien de référence de vitamine K. Votre apport doit demeurer constant pendant la prise de médicaments pour permettre à votre médecin de déterminer la dose appropriée.

Le CoCoa LeafGreens est-il déconseillé dans certains cas?

Le CoCoa LeafGreens est un aliment complet concentré. Il convient à la plupart des gens. Il est recommandé de consulter un dispensateur de soins de santé avant emploi pendant la grossesse ou l'allaitement, en présence de sensibilité au fer ou à la vitamine K, en présence de pathologie grave ou lorsqu'on suit un régime alimentaire restrictif (surtout en ce qui concerne les aliments verts).

J'ai commencé à prendre le CoCoa LeafGreens et je me sens moins bien. Pourquoi?

Lorsqu'on améliore son alimentation, l'organisme traverse souvent une phase d'épuration et de détoxication qui peut se traduire par la fatigue, les éruptions cutanées et les maux de tête. Pour plus de renseignements, consultez la fiche technique de AIM intitulée La désintoxication.

Distribué par :